

CINE-COACHING

**QUANDO IL CINEMA ALLENA
A DARE SENSO ALLA PROPRIA VITA**

dal 26 febbraio
al 19 marzo 2015

Cinema Teatro del Borgo
via Borgo Palazzo, 51 - Bergamo



CINE-COACHING

**QUANDO IL CINEMA ALLENA
A DARE SENSO ALLA PROPRIA VITA**

Ci si può allenare stando in poltrona?
Questa sarà la sfida, grazie a due coach che
accompagneranno lo spettatore attraverso la visione di
alcuni film, ad allenare l'autodeterminazione, l'umorismo,
la creatività, la saggezza e la lungimiranza.

dal 26 febbraio
al 19 marzo 2015

Cinema Teatro del Borgo
via Borgo Palazzo, 51 - Bergamo

A cura di:



S.A.S.
Servizio Assistenza Sale
cinematografiche
via Angelo Goisis, 96/B - Bergamo
Tel. 035 320 828
Fax 035 320 843
sas@sas.bg.it - www.sas.bg.it

In collaborazione con:

**CENTRO
COACHING
BERGAMO**



MEDIATECA
PROVINCIALE DI BERGAMO

Con il sostegno di:



**fondazione
cariplo**

CINE-COACHING

QUANDO IL CINEMA ALLENA A DARE SENSO ALLA PROPRIA VITA

A volte capita di pensare: “Se fossi più ironico prenderei la vita in un altro modo”... “dovrei vivere con più leggerezza!”... “Non riesco a immaginarmi il mio futuro!”

Un'occasione per chi desidera mettersi in gioco per ritrovare il proprio equilibrio lavorando su se stesso; per chi conta sul proprio potenziale e desidera valorizzarlo. Per tutti un allenamento speciale al cinema.

Una serata di presentazione della proposta (ingresso libero) più tre film e incontri, tre storie esemplari di persone e avvenimenti che hanno dimostrato UMORISMO, CREATIVITÀ, SAGGEZZA e LUNGIMIRANZA

Il corso è condotto dai coach Rosella Baldini e Luigi Bettini

CENTRO COACHING BERGAMO snc.
Via Bartolomeo de Osa 4 - Bergamo
www.centrocoaching.it

Primo incontro
giovedì 26 febbraio *ingresso libero*

Gli altri incontri + film ingresso 5,00 – 4,50 €

Presso Cinema Teatro del Borgo
Via Borgo Palazzo 51 – Bergamo

Info:
S.A.S. Servizio Assistenza Sale
cinematografiche
www.sas.bg.it – tel. 035 320828
mediateca@sas.bg.it

Giovedì 26 febbraio 2015
ore 20,30 Cinema Teatro del Borgo
ingresso libero

Serata introduttiva con proiezione di alcune sequenze tratte da film, per conoscere la proposta e capire cosa è il coaching: un metodo finalizzato ad aiutare le persone a trovare uno stato di benessere e felicità, allenando l'autodeterminazione. Cosa significa dare un senso alla propria vita? Come il cinema rappresenta la ricerca di senso della propria vita? Il coach allena a mettersi in gioco per vivere con ottimismo promuovendo l'autodeterminazione allenando a vivere con UMORISMO, CREATIVITÀ, SAGGEZZA e LUNGIMIRANZA. Quattro potenzialità che, se espresse, contribuiscono alla propria autodeterminazione.

Giovedì 5 marzo 2015
ore 20,30 - Cinema Teatro del Borgo

*Proiezione del film
PATCH ADAMS di Tom Shadyac
+ incontro/allenamento sull'umorismo
L'UMORISMO/ L'AUTOIRONIA
*Sono le capacità di sorridere di sé con gli altri
e di far sorridere gli altri della vita.**

Giovedì 12 marzo 2015
ore 20,30 - Cinema Teatro del Borgo

*Proiezione del film
WASTE LAND di Lucy Walker
+ incontro/allenamento sulla creatività
LA CREATIVITÀ
*È la facoltà umana che permette di produrre idee
nuove e originali finalizzate a migliorare la vita.
Scegliere di essere creativi implica
che si possano fare scelte opposte.**

Giovedì 19 marzo 2015
ore 20,30 - Cinema Teatro del Borgo

*Proiezione del film
DEPARTURES di Yojiro Takita
+ incontro/allenamento
sulla saggezza e lungimiranza.
LA LUNGIMIRANZA / LA SAGGEZZA
*Sono le capacità di saper riflettere sulla verità,
sui valori della vita e porsi domande cruciali
sull'esistenza e sul futuro.**